

COVID-19 상황 중의 아동, 청소년 및 가정

학교

BC 주 학생들은 9 월에 대면 수업으로 복귀합니다. 대면 수업은 학생의 교육, 안녕, 사회적 및 정서적 발달에 중요합니다. 모든 사람의 안전을 위한 새로운 보건 및 안전 방침이 수립되었습니다. 여기에는 마스크 착용, 손 씻기 및 물리적 거리두기가 포함됩니다.

모든 교직원, 성인 자원봉사자, 방문자 및 만 12 세 이상 학생은 학교 실내에 있을 때 항상 비의료용 마스크 또는 안면가리개(통칭하여 '마스크')를 써야 합니다. 유일한 예외는 다음과 같은 경우입니다:

- 다른 사람의 도움 없이 마스크를 쓰거나 벗을 수 없을 경우
- 차단막이 설치되어 있을 경우
- 음식을 먹거나 마실 때

9-11 학년생은 마스크 착용이 권장됩니다. 만 9 세 미만 학생은 반드시 마스크를 쓰지 않아도 되며, 마스크 착용 여부는 해당 가정이 결정할 사항입니다.

자세히 알아보려면 다음 자료를 참조하십시오:

- [BC 주 질병통제센터\(BC Centre for Disease Control\) - Child Care, Schools & Camps\(탁아소, 학교 및 캠프\)](#)
- [BC 주 질병통제센터 - K-12 Schools and COVID-19\(K-12 학교와 COVID-19\)](#)
- [BC 주 정부 - COVID-19 safe schools\(COVID-19 안전 학교\)](#)
- [BC 주 정부 - Information for Parents and Families\(부모 및 가정을 위한 안내\)](#)
- [BC 주 정부 - K-12 Health Check\(K-12 건강 검진\)](#)
- [BC 주 정부 - Provincial COVID-19 Health & Safety Guidelines for K-12 Settings\(K-12 환경에 대한 BC 주 COVID-19 보건 및 안전 지침\)](#) (PDF, 585KB)

학교 노출

학교가 재개됨에 따라 COVID-19 노출 위험 증가가 우려될 수 있습니다. 관할 공중 보건 당국이 제공하는 학교 노출 관련 정보를 찾아보려면 다음 자료를 참조하십시오:

- [Fraser Health - School exposures\(학교 노출\)](#)
- [Interior Health - School exposures\(학교 노출\)](#)
- [Island Health - Exposures in Schools\(학교에서의 노출\)](#)
- [Northern Health - COVID-19 school exposures\(COVID-19 학교 노출\)](#)
- [Vancouver Coastal Health - VCH exposures in schools\(VCH 학교에서의 노출\)](#)

여러분과 여러분 자녀는 COVID-19 검사를 어떻게 하는지 궁금할 수 있습니다. 검사를 받아야 하는 자녀에 대한 불안과 걱정을 덜어주기 위해, BC Children's Hospital 은 정보 제공용 비디오를 개발했습니다. 검사를 어떻게 하며 아이들이 검사를 받을 때 어떤 느낌이 드는지 아동생활전문가(Child Life Specialist)가 설명해주는 비디오를 보십시오. 비디오를 보면서 [아동에 대한 COVID-19 검사](#)에 관해 자세히 알아보십시오. 감기, 독감 또는 COVID 유사 증상이 있을 경우, 증상이 아무리 경미하더라도 COVID-19 검사를 받는 것이 바람직합니다. 아무 증상도 없으면 검사를 받을 필요가 없습니다. 검사 의뢰를 받을 필요도 없고 [8-1-1](#) 로 전화할 필요도 없습니다. [COVID-19 검사와 검사 장소에 관해 자세히 알아보십시오.](#)

산모 및 영아건강

임신

임신이 COVID-19 감염 위험을 높이지는 않습니다. 임신부도 지역사회와 다른 사람들과 마찬가지로 똑같은 자가격리 지침을 준수해야 합니다. 임신 중에 병이 날 경우, 보건의료 서비스 제공자에게 진찰을 받고 COVID-19 검사를 받아야 합니다.

임신과 COVID-19 에 관해 자세히 알아보십시오:

- [BC Women's Hospital - COVID-19 Information for Patients \(Common Questions\) \(환자를 위한 COVID-19 정보\(일반적 의문\)\)](#)
- [캐나다 정부 - Pregnancy, childbirth and caring for a newborn during COVID-19\(COVID-19 상황 중의 임신, 출산 및 신생아 돌보기\)](#)

영아수유

모유 수유는 여러분 아기가 병이 나지 않도록 보호하는 좋은 방법입니다. 모유 수유를 계속하고 자주 아기와 피부 접촉을 하십시오. 손을 자주 씻으면 아기가 병이 나지 않도록 보호해줄 수 있습니다. 몸 상태가 좋지 않을 때는 안전을 위해 모유 수유를 할 때 마스크를 쓰고 하십시오. 착유기를 사용할 경우, 수유를 할 때마다 착유기 및 수유 도구를 구석구석 잘 세척하십시오. 조제 분유를 보충적으로 사용하거나 조제 분유만 먹일 경우, 2 주간 쓰기에 충분한 양을 확보해 두십시오.

COVID-19 상황 중의 영아 수유에 관해 자세히 알아보려면 다음 자료를 참조하십시오:

- [BC 주 질병통제센터 - Babies \(아기\)](#)
- [BC 주 질병통제센터 - Breastfeeding and COVID-19\(모유 수유와 COVID-19\) \(PDF, 590KB\)](#)
- [Perinatal Services BC - COVID-19 and Breastfeeding Frequently Asked Questions\(COVID-19 와 모유 수유 - 자주하는질문\) \(PDF, 89KB\)](#)
- [Perinatal Services BC - COVID-19 and Infant Formula Feeding Frequently Asked Questions\(COVID-19 와 영유아용 조제 분유 먹이기 - 자주하는질문\) \(PDF, 139K\)](#)

COVID-19 상황 중의 육아

세계적 대유행 중의 육아는 독특한 어려움이 따릅니다. 아이들은 따분하고 친구들이 그리울 수 있습니다. 더 이상 탁아소나 학교에 가지 않는 아이들도 있습니다. 부모로서는 당연히 자녀의 신체적 및 정신적 건강이 평소보다 더 걱정될 수 있습니다.

세계적 대유행 중의 긍정적 육아

아동 및 청소년은 친구들과 떨어져 지내고 일상적인 활동에 참여할 수 없는 상황에 대처하는 데 추가적 도움이 필요할 수 있습니다. 세계적 대유행에 관해 아동 및 청소년과 대화하는 법을 알아보십시오.

- [캐나다소아과학회\(Canadian Paediatric Society\) - Helping children and teens cope with stressful public events\(아동 및 10 대 청소년이 스트레스 유발 공공 행사에 대처하는 것 돕기\)](#)
- [캐나다소아과학회 - How can we talk to kids about COVID-19? Be "realistically reassuring"\(COVID-19 에 관해 아이들과 어떻게 대화해야 하나? 현실적인 말로 안심시키십시오\)](#)
- [캐나다소아과학회 - Parenting during COVID-19: A new frontier\(COVID-19 상황 중의 육아: 새로운 전선\)](#)
- [Child Health BC - A message to parents & caregivers during the COVID-19 pandemic\(COVID-19 세계적 대유행 중의 부모 및 돌보미에 대한 메시지\) \(PDF, 351KB\)](#)
- [Media Smarts - Helping kids stay in touch while social distancing\(아이들이 사회적 거리두기를 지키면서 연락을 유지하도록 돕기\)](#)
- [Media Smarts - Social media and screen time during a pandemic\(세계적 대유행 중의 소셜 미디어 및 스크린 타임\)](#)

청소년 및 그 부모를 위한 자료

세계적 대유행 중에 청소년 자녀를 어떻게 도울 수 있는지 알아보십시오.

- [캐나다소아과학회 - COVID, youth, and substance use: Critical messages for youth and families\(COVID, 청소년 및 약물 사용: 청소년 및 가정을 위한 중요한 메시지\)](#)
- [캐나다소아과학회 - Tips and tricks to help adolescents cope during the COVID-19 pandemic\(COVID-19 세계적 대유행 중에 청소년의 대처를 돕는 방법에 관한 조언 및 요령\)](#)
- [어린이 도우미 전화\(Kids Help Phone\) - We're here for you during covid-19\(COVID-19 상황 중에 여러분을 돕습니다\)](#)

아동 및 청소년 정신 건강 증진

물리적 거리두기 요건 및 격리는 아동 및 청소년의 정신 건강에 영향을 끼칠 수 있습니다. 아이들을 돕는 것에 관한 자료를 찾아보십시오.

- [캐나다소아과학회 - How to help youth tackle the blues during COVID-19 and #physicaldistancing\(COVID-19 상황 중에 청소년이 우울감을 극복하도록 돕는 방법과 #물리적거리두기\)](#)
- [캐나다소아과학회 - Supporting youth with anxiety disorders during the COVID-19 pandemic\(COVID-19 세계적 대유행 중에 불안장애 청소년 돕기\)](#)

- [캐나다소아과학회 - The CARD System for Coping with fears and anxiety\(두려움 및 불안감에 대처하기 위한 CARD 시스템\)](#)
- [기관간상임위원회\(Inter-Agency Standing Committee\) - My Hero is You: How kids can fight COVID-19!\(나의 영웅은 당신이예요: 아이들은 어떻게 COVID-19 에 맞서 싸울 수 있나\)](#)
- [Mental Health and COVID-19\(정신 건강과 COVID-19\)](#)

아동의 COVID-19

아동은 일반적으로 COVID-19 증상이 성인에 비하여 경미합니다. COVID-19 가 아동에게 끼치는 영향과 아동을 안전하게 보호하는 방법을 알아보려면 [BC 주 질병통제센터 - COVID-19 and Children\(COVID-19 와 아동\)](#)을 참조하십시오.

발진 및 염증 반응

또한, 아동은 COVID-19 에 감염된 지 몇 주 후에 발진, 피부 병변 또는 염증 반응이 나타나는 것으로 보고되었습니다. 동창 유사 병변으로 불리기도 하는 ‘코로나 발가락’은 COVID-19 감염증에서 발견되는 몇몇 피부 병변 중 하나입니다. 독특한 발진으로 보이는 이 피부 병변은 일반적으로 아동 또는 젊은 성인에게서 발견되며 중병과 관련이 없습니다.

아동 다기관염증후군(MIS-C)

아동 다기관염증후군(MIS-C)은 새로 발견된 아동 및 청소년 임상증후군입니다. MIS-C 는 과잉면역반응에 의해 발생하고 종종 확산성 염증으로 이어지는 것으로 보입니다. 심장, 위장계, 폐, 신장, 뇌, 피부, 눈, 림프절 등 다양한 신체 부위에 염증이 생길 수 있습니다. 중증으로 발전할 수 있고 심지어 사망을 일으킬 수도 있지만, 대부분 아동은 치료 받으면 호전됩니다.

발진 및 염증 반응에 관해 더 자세히 알아보려면 다음 자료를 참조하십시오:

- [BC 주 질병통제센터 - Rashes and inflammatory reactions\(발진과 염증 반응\)](#)

특수한 보건 필요가 있는 아동

자녀가 특수한 보건 필요가 있을 경우에는 걱정이 더할 수 있습니다.

- [Autism Speaks - COVID-19 information & resources for families\(가정을 위한 COVID-19 정보 및 자료\)](#)
- [BC 주 질병통제센터 - Children with immune compromises\(면역력 저하 아동\)](#)
- [BC's Children's Hospital - Inhaler dose tracking sheet\(흡입기 회분 추적 시트\) \(PDF. 129KB\)](#)
- [캐나다소아과학회 - Paediatric asthma and COVID-19\(소아 천식과 COVID-19\)](#)
- [캐나다소아과학회 - Type 1 diabetes and COVID-19: Going back to school\(제 1 형 당뇨병과 COVID-19: 학교 복귀\)](#)
- [캐나다소아과학회 - When your child has ADHD: Coping during a Pandemic\(자녀에게 ADHD 가 있을 경우: 세계적 대유행 중의 대처\)](#)
- [SickKids: Supporting your child with a neurodevelopmental disorder through the COVID-19 crisis\(COVID-19 위기 중 신경발달장애 자녀 지원하기\)](#)

안전

세계적 대유행 중에 상해를 방지하는 것에 대해 자세히 알아보십시오.

- [COVID-19 상황 중의 상해 방지](#)
- [캐나다소아과학회 - Preventing home injuries in the time of COVID-19\(COVID-19 시기에 가정 상해 방지하기\)](#)

최근 업데이트: 2021 년 8 월 24 일

위 정보는 2021 년 8 월에 접근한 [BC Centre for Disease Control: Testing Information page](#), [BC Centre for Disease Control: Rashes and inflammatory reactions age](#), [BC Centre for Disease Control: Babies page](#), [BC Women's Hospital, COVID-19 Information for Patients \(Common Questions\)](#) 웹페이지, [BC Centre for Disease Control: K-12 Schools and COVID-19](#) 및 [BC Centre for Disease Control: COVID-19 Testing for Children and Youth](#) 웹페이지에서 인용한 것입니다.